

含竹 编著



情感超市

恋爱婚姻家庭

新径



金城出版社



情感超市

——恋爱婚姻家庭新径



图书在版编目(CIP)数据

情感超市:恋爱婚姻家庭新径 / 含竹编著. - 北京:
金城出版社, 2001. 4

ISBN 7 - 80084 - 352 - 1

I. 情… II. 含… III. ①恋爱 - 通俗读物②婚姻 -
通俗读物③家庭 - 通俗读物 IV. C913. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 15153 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

中国农业出版社印刷厂印刷

850 × 1168 毫米 1/32 10.25 印张 230 千字

2001 年 5 月第 1 版 2001 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

ISBN 7 - 80084 - 352 - 1 / C · 1

定价: 18.00 元

前 言

人的一生，就是从人出生、成长到走向死亡的一生。越是接近了人生旅途终点时，越是频频回首，看看来时的路，不免有些感慨和遗憾，有太多太多对不起的人和事，然而时间却从不允许我们从头再来。

我们有太多的苦恼和烦恼，正是因为我们感情有责任和义务。爱情、婚姻、家庭、事业这几件人生重大事情，构成了人生的整个舞台。一个舞台上上演悲剧喜剧，就决定于我们本身。我们是导演、演员、编剧。选择什么样的剧本，怎么演好角色，却因人而异。

爱情像超市，在里边可以自由选择我们所中意的和需要的，但最终我们只能从一个出口处买单算帐；有的商品正宗实用，有的商品却只是耗尽钱财而华而不实。婚姻是围城，围城里天地不同，有花园式也有枯井式，花园式让人赏心悦目，枯井式让人苦恼烦躁。家庭则是一块田地，我们努力耕耘它，它就会有收获，这片土地就会拥有你想拥有的；我们放弃它，它就会杂草丛生。事业则是医生，医术高明的，就能治理人生的疑难杂症，医术平庸，就会把没病人治坏，把病人治死，但无论名医还是庸医，关键所在还是对症下药。

世有阴阳，事有两极。爱情婚姻家庭事业是阴是阳，是正是负，却完全取决于我们投入的感情。投入、经营、回报，三者是相辅相成的，投入有技巧，经营有理念，回报有多少。正确

错误,就在于我们在情感超市里的选择。

无论命运如何,我们最初都没有错,只是我们在以后做错了走错了看错了。我们无法掌握命运,却有办法掌握我们自己。新的千年已到来,新的趋势已出现,当然我们的情感也有新的路径。

如果我们在摸索着前进,我们会迷路会走错路甚至会掉进陷阱;如果我们有地图有航标,我们就会顺利到达预期的彼岸。

也许你正在为爱情苦恼,也许你正在为婚姻困惑,也许你正在为家庭忧虑,也许你正在为事业彷徨,那么就走进《情感超市》,从中可以找到一种启示与灵感,在新的路径上调试你的心态,你会释然。

《情感超市——恋爱婚姻家庭新径》就是给想谈恋爱和正在谈恋爱的朋友一份叮咛,想给结婚和已经结婚的朋友一份启迪,想给拥有家庭和已经拥有家庭的朋友一份建议。

笔者作为女性,不漂亮但善良,不富有但幸福,不成功但快乐。在这本书中,笔者没有讲什么秘诀,而是用心灵坐在生活现实的椅子上与你用挚友的方式对话沟通,讲一种经营爱情婚姻家庭的理念,解答人生这一道有多种答案的不等式。

尽管笔者对此书倾注了全部的心血,但书中还是有许多不足,也许是因为生活本身就是一道难题吧!即使是这样,笔者还是把自己的感悟拿出来与读者探讨,希望读者提出宝贵的意见。

作 者

2001.4. 北京



目录

MULU

卷一：恋爱

	1
◇千古难题：爱为何物	4
◇爱情五观：缺一不可	7
◇爱情之因：三步曲调	12
◇围城铁律：种瓜得瓜，种豆得豆	15
◇爱是行动：如何寻找意中人	26
◇千盘万点：恋爱心理十大误区	37
◇心中有称：如何与男友相处	62
◇三针防疫：爱情不相信凑和	72
◇失恋 B 超：五张检验报告	77
◇失恋处方：有失必有得	87

卷二：婚姻

	92
◇婚姻舞台：生旦净末丑一个都不能少	93
◇围城七门：七门门板上都会有蛀虫	110
◇一语道破：婚姻稳定的七大妙招	127
◇不信就试：夫妻相处八大技巧	140

◆条条致命：两人世界的六条隐患	154
◆再婚女人：送你两个锦囊	166
◆再爱游戏：游戏一定有原则	170

卷三：家庭 174

◆关系关系：打通关节四方联系	174
◆真经好念：设计调剂创造花季	185
◆钱与家庭：是人推磨还是鬼推磨	196
◆夫妻与性：不能低估不能高估	203
◆说说孩子：三角形的三条边	211
◆子女教育：孩子不是你的生命延续	215

卷四：自我 253

◆本该是你：放弃自己就是放弃一切	254
◆该你翻身：放下包袱便是仙	269
◆走出家庭：你会因此而美丽	284
◆抡圆了活：活就活出个龙摆尾	299

· 卷一 ·

恋 爱



001



钱钟书先生在《围城》第三章里有一段深具哲理意味的关于婚姻问题的精彩论断：

“关于结婚离婚的事，我也跟他谈过，他引用一句英国古话，说结婚仿佛金漆的鸟笼，笼子外面的鸟想飞进去，笼子里的鸟想飞出来，所以结而离，离而结，没有了局。”

“法国也有这样一句话，不过，不是说鸟笼，说是被围困的城堡，城外的人想冲进去，城里的人想逃出来……”

这段小说的人物讨论了这部小说所提出的著名命题——婚姻是不是围城？

婚姻是不是围城呢？说是就是，说不是就不是，这就看你自己是怎么看怎么做。婚姻的世界很精彩，也很无奈，如果那边的风景不是独好，为什么会有那么多的人结婚呢？如果那边的风景不是很无奈，又为什么会有那么多的人哭着喊着要离婚呢？

恋

爱





有人说，我们因为误解而结婚，因为了解而离婚。这话听起来似乎还有那么一点哲理，但仔细想起来，又不是那么一回事，阴天下雨不知道，难道自己和什么样的人结婚还不知道吗？

离婚，是两个伤心劳神的字眼，恐怕天底下没有一个人会说，我喜欢我愿意离婚，如果是的话，那肯定是心理变态精神不正常。离婚是夫妻双方万般无奈下的选择，因为离婚受到伤害的是双方，而不是哪一个。

世界上没有一对男女是为了离婚而结婚的。如果当初知道结婚后肯定会离婚，那么有谁还会结婚？世界万物，都在遵循着因果循环的规律，有什么因，那就有什么果，这是无可厚非的。

如果说婚姻是人生的围城，家庭是爱情的坟墓，那只是围城主人公自己的判断，你把婚姻看成了围城，那么它就是围城，你把婚姻看成是花园，那么它就是花园，如果把结了婚的男女看作僵尸，那么婚姻理所当然就是坟墓了。

事在人为，这句话很有道理，幸与不幸，全在自己的选择与把握。

一个人经过发育、成长、成熟到恋爱的结婚，这似乎是必然的过程，人出生时有了自己的一半世界，那么若干年后，他就会自发地去寻找生命中的另一半，最后结为一体。

爱情是每一个青年男女所憧憬的美梦，对未来的另一半充满了激情和梦想，谁都会向往美好的事物，但寻找美好的人与事光凭激情与梦想，是远远不行的，这里有一个最主要的因素，就是出发前要检查一下自己，看看自己是不是真正的成熟。

一个人的成熟，不仅仅是生理上的成熟，还包括心理的成熟。心理的成熟，可以看成是接触社会，认识社会，了解

社会，最后把自己完全地融入社会这样一个过程。在这个过程中，人的情感是无时无刻不存在并起着主导作用的。“人是情感的动物”这句话说得很有道理，人活在世界上，谁也不可能脱离情感的生活。

情感包含的内容是很多的，有亲情、友情和爱情，但在这三者中，数爱情最有诱惑力，在人的情感中居首要地位。说到爱情，人们总是不能离开恋爱。没有恋哪里有爱呢？那么什么是恋爱呢？

有人说，恋爱就是两个人互相爱慕，觉得和对方在一起感到很高兴。也有人说，恋爱在很多时候，是花前月下的亲亲我我，海誓山盟……这些的确都是恋爱的一种形式，但却不是真正的恋爱。

真正的恋爱，是有责任和物质保障的。真正的恋爱存在于现实生活基础之上，有着这样那样的苦恼与烦躁，并不是像小说中所写的那样，为了爱情可以什么都不在乎，真实的爱情，是与许许多多的社会因素紧紧联系在一起的。那些超现实的恋爱，在真实的生活现实面前是不禁风雨的，经不起考验，一阵风过后，就会消失得无影无踪。

恋爱是一件幸福而又残酷的事情。没有经历过恋爱的人，可以说他的生活是残缺的，他的情感也不成熟。而恋爱过的人，虽然在面对情感、面对生活的时候，能比较正确地分析和判断，不会太盲目，会表现得成熟、稳重。但从现实出发，却不得不瞻前顾后，权衡在三。

有句话说：“人恋爱过，就会变得成熟。”这话不尽然，但也有着它一定的道理。一个人的成熟与否虽然不是以是否谈过恋爱为标准，但谈过恋爱的总会比没有谈过的要成熟一些，至少在感情上会成熟一些。谈过一次恋爱，在其中所学到的东西可能会让你终生受益。因为恋爱本身就是一门





学问，它有着它自己深刻的内涵和最本质的东西。

千古难题：爱为何物

如果有人问起：爱情是什么？能够明确回答的人也许没有几个，谁能给爱情下一个定义，说清爱情到底是什么呢？

莎士比亚说，“爱情不是花荫下的甜言，不是桃花园中的蜜语，不是轻绵的眼泪，更不是死硬的强迫，爱情是建立在共同的基础之上的。”这段至理名言十分清晰地勾勒出了人类爱情的最基本的轮廓。

那么爱情的这个“共同的基础”是什么？或者说是爱情的实质是什么呢？

人是一种高级的动物，爱情是一种高级的感情。之所以在前面冠之以“高级”二字，就是因为人不同于一般的动物，人有思想。但在有思想的同时，人仍然无法脱离那一种动物的本能——性本能。爱情是一种至高无上纯洁的感情，受几千年道德、传统和风俗的影响，在很多人的心里，觉得将爱情与性连在一起相提并论，那是对爱的亵渎。

有这种思想的人，首先就不明白，爱情产生的前提和基础便是性欲。它是男女两性在生理上引起的一种特殊的感情，他们互相爱慕而渴望结合。而结合的最终方式无疑是发生性关系。

爱情与父母子女之情，兄弟姐妹之情，朋友同事之情不同，爱情是以性为基础的。德国古典哲学家康德说：“对异性的倾慕，归根结底仍然是（男女之间）所有其它激情的基础。”电影《红与黑》的字幕中也写道：“人的本能就是传种接代。”如果没有性这个基础，真正的爱情也许就很难产

生了。

写到这里，也许有人就会糊涂了：我们平时所说的“他”看上“她”了，“她”喜欢上“他”了，或是他们彼此钟情到底是怎么一回事？他们可能没有说过几次话，也可能是没有牵过一次手，还有可能是他们有过亲密的接触和很多次的谈话，但他们却并没有发生任何身体上的或是性的接触，难道说他们之间没有爱情吗？

要弄清这个问题，首先必须明白“性是爱情的基础，但却不是爱情的惟一”这样一个道理。两个人在没有发生性关系前是完全可以产生爱情的，甚至可能会爱到如痴如醉，为另外一个人可以牺牲自己的程度，这是一种纯精神的柏拉图式的爱情。中国很大一部分人的爱情都是这种方式，但这却并不能否认性是爱情的生物基础。因为爱情是以延续后代的本能为发生和发展的基础，爱情的正常的发展，最终是要发生性的接近。

爱情的产生，除了生理的因素外，还有心理的原因，它是男女双方在性欲的基础上，由于对对方身体相貌觉得满意，彼此思想感情比较一致，理想信念，人生追求又比较相近，而在性格又能相互包容等原因而产生的想和对方在一起的欢快、愉悦和倾慕的感情。

在恋爱的最原始阶段，男女双方表现为特别的想和对方在一起，并较以往相对的温柔许多，彼此间有较多的依恋，然后在逐渐的交往中渐渐地了解和接近，从中认识对方及对方的需要，并也能够看清自己以及自己的需要，紧接着又会建立起更亲密的关系，最后发展成为恋爱。黑格尔说，“爱情的内容，只有恋爱者自我，由另一个人的自我反映出来，恋爱者从这种反映中又感到自己的自我。在这种情况下，对方就在我身上生活着，我只在对方身上生活着，双方在这个

005



志

爱





充实的统一体里才能实现各自自我的存在，双方把各自的整个灵魂与世界纳入到这种统一体。”

这样就达到了双方人格的相互照应，也就是爱情赖以发生发展的心理动因，使双方理想一致，志趣相投，从而构成一个“我中有他，他中有我”的充实的统一体。

除以上两者外，社会因素对爱情也起着决定的作用。爱情是一种社会感情活动的产物，具有社会性，并且受到各种社会关系及其意识形态的制约，从某种意义上来说，男女的爱情也是一种社会交往的方式。

爱情并不是两个人的事情，更不能脱离社会而独立存在，爱情与他人、与社会是密切相关的，是一种社会性活动。两性间的相互吸引，欲望和性行为的实现，也总是通过一定的社会方式来实现的，这一定的社会方式就是平时我们所说的“恋爱”和“结婚”。

爱情是一种复杂的、多方位的、多角度的、内容丰富的社会现象，正如《爱情与爱情心理》一书中所写的那样：它是性爱与对异性的温存需求的统一，是相互理解与彼此亲密接触的需求的统一，即生理活动和心理活动的统一，自然属性与社会属性的统一。

爱情最终是要走向婚姻的，有人说婚姻是一座围城，这只是相对于不同的人而言，婚姻本身就是一种生意，它的幸与不幸完全在于婚姻生活中的男女自己的经营。为什么做生意，有人赔有人赚？这就是和为什么有的婚姻美满而有的婚姻不幸是一样的道理，这主要在于人。如果想让自己的婚姻是一座美丽的花园而不是一座坟墓，那么，就需要对爱情有一个全面的了解，然后在了解的基础上，恰到好处地把握经营，那么，它肯定会给你以幸福的回报。知道了爱情的实质，这只是婚姻和爱情的一个最基本的前提，还远远不够，



这是每一个恋爱的人必要也必须应该了解的，除了这些还有必要了解一下爱情的心理结构，这对于爱情来说也是至关重要的。

爱情五观：缺一不可

人有五观，五观不但要俱全，而且长得要端正，那么这个人才是正常的人。爱情也一样，也有五观，如果缺一样，或者不健全，那么这种爱情是含有病态基因的，迟早会蜕变或灭亡，请检查一下自己的爱情，是不是缺什么，千万不要大意，爱情的五观指以下几方面：

007



恋

爱



一、性意向

前面已经说过，性不是爱情的惟一，但却是爱情的基础。每一个恋爱中的人都有着对性的渴望，更确切一点说，如果没有性的吸引，多多少少就可以说没有爱情。如果一个男人深深地爱着一个女孩子，但却没有任何性的要求和渴望，这从某一方面来说就毫无意义了，既爱着但又不想占有，这要么不是爱情，要么是这个男人根本就是个性冷淡者、性无能。不管他对她有种什么感情，但绝不是爱情，如果是环境不允许，或是害怕性生活给女性带来痛苦和不幸，他可能会抑制这件事，但是并不能说他不想要去做这件事。

两个人的相爱，最终是要走向婚姻，发生性关系。所以说性意向是爱情心理的很重要的组成部分，恋爱时对异性的倾慕从一定意义上来说也是对性的倾慕，就如《妇女和社会主义》里这样写到：“在人的所有自然需要中，最强烈的就





是性的需要了……”

性意向就像是一条纽带连接起男人和女人，从而产生爱情。性意向在爱情中起着极为重要的作用，是一个关键性的因素，但只有性意向那还不能称之为爱情，因为爱情的产生，还受其他因素的制约。

二、共同的人生观

共同的人生观表现为思想感情的一致，有共同的思想志向，有共同的人生态度，只有这样才能产生真挚的爱情。一对恋人，只有在思想感情、理想志向、人生态度上取得和谐统一，才能产生爱情的共鸣，从而使爱情得到巩固和发展。如果双方在目标理想、为人处事、人生态度上都达不到共识，在爱好兴趣上又不尽相同，一个想这样，一个又想那样，一个往东，一个往西，一个想在事业上有一番作为，一个却贪图安逸享受，这样的感情是经不住考验的，久而久之，就会造成隔阂，关系破裂，甚至导致分手。



赵本山与黄小娟在春节联欢晚会上演出的电视小品《电视征婚》想必还让人记忆犹新。尤其是赵本山那段台词，既让人捧腹大笑，又让人深省。其中所讲的道理也就是男女双方结合应该有着共同的人生观这个道理。

所以，要想得到一份稳定的爱情，必须找一个和自己有共同的人生观，也就是有话能说到一处的人。

三、心理相容

心理相容是协调恋人之间的最好的办法，心理相容包括心理相和谐心理互补两个方面。

心理和谐是对对方的思想感情与心理特点等各个方面的充分了解与适应。一对恋人在一起，如果感到很愉快、很美

好、很幸福，那么就说明他们之间心理相谐的程度很大，如果在一起感到特别别扭、难过，甚至有种失望的感觉，那么也就是说明他们之间心理相谐的程度很小，在一起不会快乐，爱情也不会太稳定。恋爱的最终目的是要走向婚姻，而心理相谐则是婚姻幸福的前提，但心理的相谐却不是一时半刻能够达到的。

真正的爱情，不是一见倾心，因为相互间全面的了解，思想观点的和谐与统一，不是短时期能达到的，必须有相当长的一段日子才能真正地了解，才能真实地衡量双方的感情。

心理相谐对于彼此间能否成为恋人可以起到一个衡量的作用，但除了心理的相谐外，心理的互补也是很必要的，它是融合双方的爱好、情趣、个性、习惯等的重要手段，用对方的长处来弥补自己的不足，用自己的优点来影响对方的缺点，双方共同努力从而达到和谐，使爱情得到完善和升华。

有许多的恋人彼此间有着很大的差别，也就是我们所说的不相谐。但对方身上同时又有很多相互吸引的地方，又都深深地爱着对方。但就是由于不懂心理互补，而最后终于以分手做为结局。

这样的事情，在我们身边时有发生，但却很少有人注意到这些，总是以为既然双方有那么大的差异，分手那也是必然的结果，即使到了一块也不会幸福的，倒还不如早些分手，也免得时间长了，痛苦更深。

这种说法也不是没有道理，人是有感情的动物，和一个小动物在一起呆长了，还会有感情，更何况还是一个人呢？在一起的时间长了，也许真的或是舍不得分手，但彼此又合不来，只有痛苦，但为什么不能改变这种状况呢？人们觉得没有必要，也有些不太可能，所以就放弃了。





这或许从某一方面来讲也反映了人们对于心理相容的不重视。其实既然两个人相爱，那么双方都互相迁就一点，并努力使之达到互补，用对方的优点来克服自己的缺点，而用自己的不足来让对方看到存在的不完美，逐渐地达到和谐统一，岂不是更好。

由于一时的不重视，而造成一生的遗憾和痛苦，这代价和互相取长补短，相信这其中的得与失，每一个人都清楚。为了让自己的感情生活无怨无悔，每一对恋人都应该对于心理相容有一定的重视。

四、忠贞

爱情包括性爱 and 情爱两个部分，因为有了这两个因素，爱情便也具有了排他性，忠贞便成了爱情的心理结构的一个重要的组成部分。忠贞是恋爱成功的基础，也是婚姻幸福的前提，爱情是一种至高无上的、纯洁的感情，是专一的、忠贞不二的，绝不能出现三心二意、脚踏两只船或多只船的现象。世界上没有哪个妻子能容忍自己的丈夫对自己的感情不忠，而同时爱着别的女人，也没有哪个丈夫说，我可以让我的妻子再去爱一个除我以外的另一个男人。

忠贞是建立在相互信任的基础上的彼此的忠贞。但忠贞又和把爱情当做个人的私有财产不一样，忠贞是在尊重对方的爱好，情趣等各个方面的互相交融，彼此心心相印，而不是像拿着一条绳子，把对方捆住，不让他与除你以外的任何异性相接触，来表示对你的忠贞。

忠贞是一种美德，是真正爱情的标志，如果把爱情当做了自己的私有财产，把忠贞当作是一种约束，那么则是降低了爱情的价值，也玷污了纯洁的爱情，更不可能得到真正的爱情。